প্রকাশক ঃ
শ্রীঅজিত কুমার ধর
সৎসঙ্গ পাবলিশিং হাউস
পোঃ সৎসঙ্গ, দেওঘর, বিহার

প্রকাশক কর্তৃক সর্ব্বস্বত্ব সংরক্ষিত।

দ্বাবিংশ সংস্করণ - ৫,০০,০০০
(অক্টোবর ১৯৯৬)

মুদ্রণ ঃ
বেঙ্গল ফটোটাইপ কোম্পানি
৪৬ / ১, রাজা রামমোহন সরণি
কলিকাতা-৭০০ ০০৯

মূল্য ঃ এক টাকা

UPASANA (Beng.)
22nd Edn. 1996
Price : One Rupee

Scanned with CamScanner

অর্থ, মান, যশ ইত্যাদি পাওয়ার আশায় আমাকে ঠাকুর সাজিয়ে ভক্ত হ'য়ো না, সাবধান হও—ঠক্‌বে; তোমার ঠাকুরত্ব না জাগ্‌লে কেহ তোমার কেন্দ্রও নয়, ঠাকুরও নয়—ফাঁকি দিলেই পেতে হবে তা'।

—শ্রীশ্রীঠাকুর অনুকূলচন্দ্র

Scanned with CamScanner

ভূমিকা

দ্বাবিংশ সংস্করণ

ভক্তগণের সুবিধার্থে কিছু অংশের পূণর্বিন্যাস ক'রে উপাসনা পুস্তিকাটির দ্বাবিংশ সংস্করণ প্রকাশিত হ'ল।

কাগজের মূল্য অনেক বেড়ে যাওয়া সত্ত্বেও দাম একই রাখা হ'য়েছে।

সৎসঙ্গ, দেওঘর
তাং ১২.১০.১৯৯৬

প্রকাশক

বিঃ দ্রঃ—পরমপ্রেমময় শ্রীশ্রীঠাকুরের আদেশে ইং ১৯৬৫ সন থেকে সমবেত প্রার্থনায় কেবলমাত্র বিনতি ও সদগুরু-বন্দনা হয়।

Scanned with CamScanner

(১)
প্রাতঃকালীন বিনতি

রাধাস্বামী নাম। জো গাওয়ে সোঈ তরে।।
কল কলেশ সব নাশ। সুখ পাওয়ে সব দুখ হরে।। ১ ।।
অ্যায়সা নাম অপার। কোঈ ভেদ ন জানঈ।।
জো জানে সো পার। বহুরি ন জগ মেঁ জনমঈ।। ২ ।।
রাধাস্বামী গায় কর। জনম সুফল কর লে।।
ইয়হী নাম নিজ নাম হ্যায়। মন অপনে ধর লে।। ৩ ।।
ব্যয়ঠক স্বামী অদ্‌ভুতী। রাধা নিরখ নিহার।।
অউর ন কোঈ লখ সকে। শোভা অগম অপার।। ৪ ।।
গুপ্ত রূপ জহঁ ধারিয়া। রাধাস্বামী নাম।।
বিনা মেহর নহিঁ পাওঈ। জহাঁ কোঈ বিশ্রাম।। ৫ ।।
করূঁ বন্দগী রাধাস্বামী আগে।
জিন পরতাপ জীও বহু জাগে।। ৬ ।।
বারম্বার করূঁ পরনাম। সতগুরু পদম ধাম সতনাম।। ৭ ।।
আদি অনাদি জুগাদি অনাম।
সন্ত স্বরূপ ছোড় নিজ ধাম।। ৮ ।।

Scanned with CamScanner

আয়ে ভওজল নাও লগাঈ।
হম সে জীওন লিয়া চঢ়াঈ।। ৯ ।।
শব্দ দৃঢ়ায়া সুরত বতাঈ।
করম ভরম সে লিয়া বচাঈ।। ১০।।
কোটি কোটি করূঁ বন্দনা। অরব খরব দণ্ডৌত।।
রাধাস্বামী মিল গয়ে। খুলা ভক্তি কা সোত।। ১১ ।।
ভক্তি সুনাঈ সব সে ন্যারী।
বেদ কতেব ন তাহি বিচারী।। ১২ ।।
সত্ত-পুরুষ চৌথে পদ বাসা।
সন্তন কা ওঅহাঁ সদা বিলাসা।। ১৩ ।।
সো ঘর দরসায়া গুরু পূরে।
বীন বজে জহঁ অচরজ তূরে।। ১৪ ।।
আগে অলখ পুরুষ দরবারা।
দেখা জায় সুরত সে সারা।। ১৫ ।।
তিস পর অগম লোক ইক ন্যারা।
সন্ত সুরত কোই করত বিহারা।। ১৬ ।।

Scanned with CamScanner

তহাঁ সে দরসে অটল অটারী।
অদ্ভুত রাধাস্বামী মহল সঁওয়ারী।। ১৭ ।।
সুরত হুঈ অতি কর মগনানী।
পুরুষ অনামী জায় সমানী।। ১৮ ।।

বাংলা অনুবাদ ঃ—

রাধাস্বামী নাম যে গান করে সেই তরিয়া যায়। কালের ক্লেশ সবই নাশ হয়, সুখ পায়, সমস্ত দুঃখ দূর হয়। এই অপার নামের রহস্য কেহ জানে না—যে জানে সে পার হয়, পুনরায় জগতে জন্মায় না। "রাধাস্বামী" গান করিয়া জনম সফল কর। এই নাম আদি নাম নিজের মনে ধরিয়া লও।

স্বামীর অদ্ভুত সিংহাসন রাধা পূর্ণভাবে নিরীক্ষণ করেন। অন্য কেহ এই অগম ও অপার শোভা দেখিতে পায় না। যেইখানে রাধাস্বামী নাম গুপ্তরূপ ধারণ করিয়াছেন, তাঁহার দয়া ভিন্ন সেইখানে কেহ বিশ্রাম পায় না।

যাঁহার প্রতাপে বহু জীব জাগরিত হয়, সেই

Scanned with CamScanner

রাধাস্বামীর সামনে বন্দনা করিতেছি। সদ্‌গুরুর পাদপদ্মে, সত্যধামে ও সত্যনামে পুনঃ পুনঃ প্রণাম করিতেছি। আদি, অনাদি ও অনামী সন্তস্বরূপ নিজ ধাম ছাড়িয়া আসিয়া ভবসাগরে নৌকা লাগাইয়াছেন ও আমার মত জীবসকলকে তাহাতে চড়াইতেছেন এবং শব্দ বিশ্বাস করাইয়া ও সুরতের কথা শুনাইয়া ভ্রম-কর্ম্ম হইতে রক্ষা করিতেছেন। কোটি কোটি বার বন্দনা করিতেছি, অসংখ্য বার দণ্ডবৎ জানাইতেছি—রাধাস্বামীকে পাইয়া ভক্তির ভাণ্ডার খুলিয়াছে। বেদ, পুরাণ প্রভৃতি যে ভক্তির কথা বলে নাই—এমন অনন্য ভক্তির কথা শুনাইয়াছেন। সত্যপুরুষের ধাম চতুর্থ পদে—যেইখানে আশ্চর্য্য শব্দে বীণাধ্বনি হইতেছে—সেইখানেই সন্তগণ সদা বিলাস করেন। পূর্ণগুরু সেই ঘর দেখাইয়াছেন। সম্মুখে অলখ পুরুষের দরবার, সুরত তত্ত্ববস্তু দেখিতে পায়। তারপর অগম পুরুষের দরবার—যেইখানে কোন কোন সন্তসুরত বিহার করেন—সেইখান থেকে অবিনাশী "রাধাস্বামী" মহল দেখিয়া তথায় প্রবেশ করে এবং সুরত অত্যন্ত মগ্ন হইয়া অনামী পুরুষে বিলীন হইয়া যায়।

Scanned with CamScanner

(২)

সন্ধ্যাকালীন বিনতি

বার বার করূঁ বীনতী। রাধাস্বামী আগে।।
দয়া করো দাতা মেরে। চিত চরনন লাগে।। ১।।
জনম জনম রহী ভুল মেঁ। নহিঁ পায়া ভেদা।।
কাল করম কে জাল মেঁ। রহি ভোগত খেদা।। ২ ।।
জগত জীও ভরমত ফিরৈ। নিত চারোঁ খানী।।
জ্ঞানী জোগী পিল রহে। সব মন কী ঘানী।। ৩ ।।
ভাগ জগা মেরা আদি কা। মিলে সতগুরু আঈ।।
রাধাস্বামী ধাম কা। মোহিঁ ভেদ জনাঈ।। ৪ ।।
উঁচ সে উঁচা দেশ হ্যায়। ওঅহ অধর ঠিকানী।।
বিনা সন্ত পাওয়ে নহীঁ। সুর্ত শব্দ নিশানী।। ৫ ।।
রাধাস্বামী নাম কী। মোহিঁ মহিমা সুনাঈ।।
বিরহ অনুরাগ জগায় কে। ঘর পহুঁচূ ভাঈ।। ৬ ।।
সাধ সংগ কর সার রস। ম্যয়নে পিয়া অঘাঈ।।
প্রেম লগা গুরু চরণ মেঁ। মন শান্তি ন আঈ।। ৭ ।।
তড়প উঠে বেকল রহুঁ। কস পিয়া ঘর জাঈ।।
দরশন রস নিত নিত লহুঁ। গহে মন থিরতাঈ।। ৮ ।।

Scanned with CamScanner

সুরত চঢ়ে আকাশ মেঁ। করে শব্দ বিলাসা॥
ধাম ধাম নিরখত চলে। পাওয়ে নিজ ঘর বাসা॥ ৯ ॥
ইয়হ আসা মেরে মন বসে। রহে চিত্ত উদাসা॥
বিনয় সুনো কিরপা করো। দীজে চরন নিবাসা॥ ১০ ॥
তুম বিন কোই সমরথ নহীঁ। জা সে মাঁগূঁ দানা॥
প্রেম ধার বরখা করো। খোলো অমৃত খানা॥ ১১ ॥
দীন দয়াল দয়া করো। মেরে সমরথ স্বামী॥
শুকর করূঁ গাওত রহূঁ। নিত রাধাস্বামী॥ ১২ ॥

বাংলা অনুবাদ ঃ—

রাধাস্বামীর সম্মুখে বার বার বিনতি করি। হে দাতা! আমাকে দয়া কর—যেন চরণে চিত্ত লাগিয়া থাকে। জন্ম জন্ম ভুলের মধ্যে থাকিয়া তত্ত্ব পাই নাই—কাল এবং কর্ম্মের জালে পড়িয়া দুঃখ ভোগ করিতেছি। জগতের জীবসকল সদা চতুর্ব্বিধ অবস্থায় (স্বেদজ, অণ্ডজ, জরায়ুজ ও উদ্ভিজ্জ) ঘুরিয়া ঘুরিয়া বেড়ায়। জ্ঞানী ও যোগী সকলেই মনের ঘানিতে ঘোরে। আমার আদি ভাগ্য জাগরিত হইয়াছে—সদ্‌গুরু পাইয়াছি। রাধাস্বামী ধামের মর্ম্ম আমাকে জানাইয়াছেন। সেই দেশ উচ্চ হইতে উচ্চ

Scanned with CamScanner

এবং ইহা সর্ব্বোচ্চ স্থান। সন্ত ব্যতীত অন্য কেহ সুরত শব্দের সন্ধান পায় না। রাধাস্বামী নামের মহিমা আমাকে শুনাইয়াছেন। বিরহ এবং অনুরাগ জাগাইয়া আমাকে ঘরে পৌঁছাইয়াছেন। সাধুসঙ্গ করিয়া আমি সার রস আকণ্ঠ পান করিয়াছি। গুরুর চরণে আমার প্রেম জাগিয়াছে—কিন্তু মন শান্ত হয় নাই। কি প্রকারে আমি প্রিয়তমের ঘরে যাইব, নিত্য তাঁহাকে দর্শন করিব এবং মন স্থির হইবে—এই চিন্তায় মন ব্যস্ত ও ব্যাকুল। সুরত আকাশে উঠিয়া শব্দের বিলাস ভোগ করে। ধামের পর ধাম দেখিতে দেখিতে নিজ ঘরে বাসা পায়। এই আশা আমার মনে যেন স্থান পায়, চিত্ত উদাস থাকে। আমার বিনতি শোন, দয়া করিয়া চরণে স্থান দাও। তুমি ভিন্ন সমর্থ পুরুষ আর কেহ নাই—যাঁহার কাছে থাকিয়া দান ভিক্ষা করিব। প্রেমের ধারা বর্ষণ করো, অমৃত ভাণ্ডার খুলিয়া দাও। হে দীন দয়াল সর্ব্বশক্তিমান প্রভু! দয়া করো, কৃতজ্ঞতার সহিত নিত্য রাধাস্বামী নাম যেন গান করি।

Scanned with CamScanner

(৩)

প্রাতঃ ও সন্ধ্যাকালীন বিনতি

বার বার কর জোড় কর। সরিনয় করূঁ পুকার।।
সাধ সংগ মোহিঁ দেও নিত। পরম গুরু দাতার।। ১ ।।
কৃপাসিন্ধ সমরথ পুরুষ। আদি অনাদি অপার।।
রাধাস্বামী পরম পিতু। ম্যঁয় তুম সদা অধার।। ২ ।।
বার বার বল জাউঁ। তনমন ওয়ারূঁ চরণ পর।।
ক্যা মুখ লে ম্যঁয় গাউঁ। মেহর করী জস কৃপা কর।। ৩
ধন্য ধন্য গুরুদেও। দয়া সিন্ধু পুরণ ধনী।।
নিত্য করূঁ তুম সেও। অচল ভক্তি মোহিঁ দেও প্রভু।। ৪।।
দীন অধীন অনাথ। হাথ গহা তুম আন কর।।
অব রাখো নিত সাথ। দীন দয়াল কৃপানিধী।। ৫ ।।
কাম ক্রোধ মদ লোভ। সব বিধি অবগুন হার ম্যঁয়।।
প্রভু রাখো মেরী লাজ। তুম দ্বারে অব ম্যঁয় পড়া।। ৬ ।।
রাধাস্বামী গুরু সমরথ। তুম বিন আওরা ন দূসরা।।
অব করো দয়া পর্তক্স। তুম দর এতী বিলম্ব কেঁও।। ৭।।
দয়া করো মেরে সাইয়াঁ। দেও প্রেম কী দাত।।
দুখ সুখ কুছ ব্যাপে নহীঁ। ছুটে সব উৎপাত।। ৮ ।।

Scanned with CamScanner

বাংলা অনুবাদ ঃ—

হাত জোড় করিয়া বিনয়ের সহিত বারংবার প্রার্থনা করিতেছি। হে পরম গুরু দাতা। আমাকে নিত্য সাধুসঙ্গ দাও। হে সর্ব্বশক্তিমান কৃপাসিন্ধু পুরুষ। তুমিই আদি, অনাদি ও অপার। হে রাধাস্বামী পরমপিতা। তুমি সদাই আমার অবলম্বন। পুনঃ পুনঃ বলি—তোমার চরণে দেহমন অর্পণ করিতেছি। তুমি অনুগ্রহ করিয়া যে প্রকার আমাকে কৃপা করিতেছ—তাহা মুখে আমি কেমন করিয়া বর্ণনা করিব। হে দয়াসিন্ধু পূর্ণধনি গুরুদেব! তুমিই ধন্য প্রভু! আমি নিত্য তোমার সেবা করি, তুমি আমাকে অচলা ভক্তি দাও। আমি দীন, অধীন, অনাথ, তুমি আসিয়া আমার হাত ধরিয়াছ। হে দীনদয়াল কৃপানিধি। এখন তুমি আমাকে নিত্য সাথে রাখ। কাম, ক্রোধ, মদ, লোভ ইত্যাদি সব রকম অবগুণে আমি বশীভূত। হে প্রভু! আমার লজ্জা রক্ষা কর, আমি তোমার দ্বারে পড়িয়া আছি। হে সর্বশক্তিমান গুরু রাধাস্বামী। তুমি ভিন্ন আমার আর দ্বিতীয় কেহ নাই। এখন প্রত্যক্ষভাবে দয়া কর।

Scanned with CamScanner

তোমার দ্বারে এত বিলম্ব কেন! হে আমার প্রভু! আমাকে দয়া ও প্রেম দান কর। সুখ-দুঃখ কিছুই যেন আমার নাগাল না পায়—সমস্ত উৎপাত ছুটিয়া যায়।

(৪)

সদ্‌গুরু-বন্দনা

গুরুর্ব্রহ্মা গুরুর্বিষ্ণু গুরুর্দেবো মহেশ্বরঃ।
গুরুরেব পরং ব্রহ্ম তস্মৈ শ্রীগুরবে নমঃ॥
অখণ্ডমন্ডলাকারং ব্যাপ্তং যেন চরাচরম্।
তৎপদং দর্শিতং যেন তস্মৈ শ্রীগুরবে নমঃ॥
অজ্ঞানতিমিরান্ধস্য জ্ঞানাঞ্জন-শলাকয়া।
চক্ষুরুন্মীলিতং যেন তস্মৈ শ্রীগুরবে নমঃ॥
স্থাবরং জঙ্গমং ব্যাপ্তং যেন কৃৎস্নং চরাচরম্।
তৎপদং দর্শিতং যেন তস্মৈ শ্রীগুরবে নমঃ॥
চিদ্রূপেন পরিব্যাপ্তং ত্রৈলোক্যং সচরাচরম্।
তৎপদং দর্শিতং যেন তস্মৈ শ্রীগুরবে নমঃ॥
ন গুরোরধিকং তত্ত্বং ন গুরোরধিকং তপঃ।
তত্ত্বজ্ঞানাৎ পরং নাস্তি তস্মৈ শ্রীগুরবে নমঃ॥

Scanned with CamScanner

মন্নাথঃ শ্রীজগন্নাথো মদ্‌গুরুঃ শ্রীজগদ্‌গুরুঃ।
মদাত্মা সর্ব্বভূতাত্মা তস্মৈ শ্রীগুরবে নমঃ॥
গুরুর্ব্রাদিরনাদিশ্চ গুরুঃ পরমদৈবতম্।
গুরোঃ পরতরং নাস্তি তস্মৈ শ্রীগুরবে নমঃ॥
ব্রহ্মানন্দং পরমসুখদং কেবলং জ্ঞানমূর্ত্তিম্
দ্বন্দ্বাতীতং গগনসদৃশং তত্ত্বমস্যাদি লক্ষ্যম্।
একং নিত্যং বিমলমচলং সর্ব্বধীসাক্ষীভূতম্
ভাবাতীতং ত্রিগুণরহিতং সদ্‌গুরুং ত্বাং নমামি॥

জয় রাধে রাধে কৃষ্ণ কৃষ্ণ
গোবিন্দ গোবিন্দ বল রে।
রাধে গোবিন্দ গোবিন্দ গোবিন্দ গোবিন্দ
গোবিন্দ ব'লে সদা ডাক রে।
ছাড় রে মন কপট চাতুরি
বদনে বল হরি হরি
হরি নাম পরম ব্রহ্ম জীবের মূল ধর্ম্ম
অধর্ম্ম কুকর্ম্ম ছাড় রে।

Scanned with CamScanner

ছাড় রে মন ভবের আশা
অজপা নামে কর রে নেশা,
রাখে গোবিন্দ নামটি বদনে লইয়ে
নয়ন-নীরে সদা ভাস রে।

—শ্রীশ্রীঠাকুর

যজন, যাজন, ইষ্টভৃতি

যজন, যাজন, ইষ্টভৃতি—সৎসঙ্গী মাত্রেরই অবশ্য পালনীয় নিত্য ব্রত। সদাচারসম্পন্ন হইয়া নিষ্ঠা ও অনুরাগের সহিত ইষ্টের নামধ্যানপরায়ণ হইয়া চলা, অনুসন্ধিৎসু সেবা ও সাহচর্য্যের সহিত পারিপার্শ্বিকের ভিতর তাঁহার গুণানুকীর্ত্তন করা—আর, ইষ্টভরণের মধ্য-দিয়া নিজের সর্ব্বশক্তি ইষ্টে কেন্দ্রায়িত করিয়া সত্তাকে অটুট করিয়া তোলা—ইহাই যজন, যাজন, ইষ্টভৃতি। কিন্তু সব কিছুরই মূলে থাকা চাই ইষ্টানুরাগ। অনুরক্ত হৃদয়ে তাঁহাকে অনুসরণ করিলেই মানুষ প্রকৃত মঙ্গলের অধিকারী হয়! প্রতিদিন প্রাতে সর্ব্বকর্ম্মারম্ভে শ্রদ্ধার সহিত ইষ্টভৃতির অর্ঘ্য নিবেদন করিবে। এই

Scanned with CamScanner

নিবেদিত অর্ঘ্য প্রতি ৩০ দিনে সদক্ষিণায় ও সংগঠনী ১২ পয়সাসহ ইষ্টসকাশে তাঁহারই নির্দ্দেশমত স্বহস্তে কিংবা স্বয়ং ডাকযোগে প্রেরণ করিয়া দুইজন ইষ্টভ্রাতাকে নিজ হইতে দুইটি ভোজ্য প্রদান করতঃ পারিপার্শ্বিকের সেবার জন্য কিছু অর্থ সংরক্ষণ করিবে।

ইষ্টভৃতি-মন্ত্র

সংস্কৃত

জীবনং করুণাসিন্ধো! জগতস্ত্বং জগৎপতে।
ভবতঃ কৃপয়া লব্ধং জীবনং সফলং মম।।
প্রাগেব সর্ব্বকার্য্যেভ্যস্তবৈব ভোগ-তৃপ্তয়ে।
ইষ্টভৃতিঃ কৃতাস্মাভিঃ কৃপয়া গৃহ্যতাং প্রভো।।

বাংলা

জীব-জগৎ-জীবন-কারণ করুণাময় স্বামী!
তোমার দয়ায় লভেছি জনম, সকলি পেয়েছি আমি।
আজি এ প্রভাতে কর্ম্মারম্ভে তোমারি ভোগের লাগি'
ইষ্টভৃতির অর্ঘ্য দিতেছি—শ্রীচরণে কৃপা মাগি।

Scanned with CamScanner

ইষ্টভৃতি-ব্রতভঙ্গে

অন্ততঃ একদিন হবিষ্যাশী হইয়া সম্পূর্ণ অনিবেদিত অর্ঘ্য অথবা অপারগপক্ষে যথাসম্ভব নিবেদন করিয়া পুনরায় ব্রত নিয়মিতভাবে পালন করিয়া যাইতে হইবে।

ইষ্টভৃতির নিবেদিত অর্ঘ্য অন্য কাজে ব্যয় করিলে বা হারাইয়া ফেলিলে, নষ্ট কিংবা অপহৃত হইলে—অনুতাপের সহিত খ্যাপনসহ ভিক্ষা করিয়া নষ্ট বা অপহৃত অর্ঘ্য সংগ্রহ করিয়া পরদিন হবিষ্যান্ন গ্রহণ করিয়া তৎপরদিন ঐ সংগৃহীত অর্থ মন্ত্র পাঠ করিয়া নিবেদনান্তর রাখিয়া দিতে হইবে। ('হবিষ্যান্ন-ব্রত' দ্রষ্টব্য)।

স্বস্ত্যয়নী-ব্রত

স্বাস্থ্যের নিয়ম ও সদাচার পালন। অনিরুদ্ধ বৃত্তি-প্রবৃত্তি সমুন্নত সম্বেগশালী করিয়া ইষ্টস্বার্থে পরিচালনা। মঙ্গলজনক চিন্তার বাস্তব রূপায়ণ। জীবনবৃদ্ধির স্বার্থ পারিপার্শ্বিকগণকে ইষ্টযাজনে উদ্বুদ্ধ করা। আহার্য্য গ্রহণের পূর্বে নিয়মিত ইষ্টার্ঘ্য প্রদান। এই

Scanned with CamScanner

পঞ্চনীতি সমন্বিত স্বস্ত্যয়নী ব্রত নিজের ও পরিবারের ইষ্টমুখী চলনাকে চলৎশীল রাখিবার জন্য প্রত্যেকের অবশ্য গ্রহণীয়।

স্বস্ত্যয়নী-মন্ত্র

শ্রীবিগ্রহস্ত্বং পুরুষোত্তমো মে বন্দে ত্বাং সদনুকূলচন্দ্রম্।
ত্বং হীষ্টস্ত্বমেব পূজ্যঃ প্রতিষ্ঠায়ৈ তে নিযুনক্তু বৃত্তিঃ॥
তবানুকূলং যদি সত্যকামং মুহুঃ কৃপয়া কুরু কর্ম্মনিষ্ঠম্।
সন্ধিৎসয়া সেবয়া যাজনেন সর্ব্বাংস্ত এবানুরঞ্জয়ানি॥
রোগ-শোক-গ্রহদোষ-বুদ্ধিবিপর্য্যয়াচ্চ মে।
দারিদ্র্যাদি-সর্ব্বদৈন্যাৎ মুঞ্চ মে ত্বয়ি নিষ্ঠয়া।
শান্তিং স্বস্তিং শুভং দেহি দেহি কর্ম্ম সুকৌশলম্।
দেহি মে জীবন-বৃদ্ধী নিয়তং স্মৃতিচিদ্‌যুতে॥

বাংলা অনুবাদ ঃ—

শ্রীবিগ্রহ তুমি, তুমিই পুরুষোত্তম, আমার অস্তিবৃদ্ধির অনুকূল দীপ্তি, তোমাকে বন্দনা করি। তুমিই ইষ্ট, তুমিই পূজ্য, আমার সকল বৃত্তি তোমারই প্রতিষ্ঠায় নিযুক্ত হউক। সত্যকাম, তবানুকূল আমাকে কৃপা করিয়া

Scanned with CamScanner

ত্বৎকর্ম্মনিষ্ঠ কর। সন্ধিৎসায়, সেবায় ও যাজনে যেন সকলকে ইষ্টে অনুরঞ্জিত করি ও করিতে পারি। তোমার প্রতি নিষ্ঠা যেন আমাকে রোগ-শোক-গ্রহদোষ বুদ্ধিবিপর্য্যয় ও দারিদ্র্যাদি সর্ব্বদৈন্য হইতে মুক্ত করিয়া তোলে। আমাকে শান্তি দাও, স্বস্তি দাও, শুভ ও সুকর্ম্মের কৌশল দাও—আর দাও আমাকে নিরন্তর চেতনাবাহী স্মৃতিযুক্ত জীবন ও বৃদ্ধি।

স্বস্ত্যয়নী-ব্রতভঙ্গে

তিনদিন অহোরাত্র উপবাস থাকিয়া—অপারগপক্ষে তিনদিন একবেলা পরিমিত হবিষ্যান্ন গ্রহণ করিয়া (হবিষ্যান্ন ব্রত দ্রষ্টব্য) সম্পূর্ণ অনিবেদিত অর্ঘ্য, মন্ত্র-পাঠান্তর একসঙ্গে নিবেদন করিয়া রাখিয়া পুনরায় ব্রত যথাবিধি আরম্ভ করিতে হইবে অথবা অপরাগপক্ষে উপবাসান্তে নিত্যব্রতার্ঘ্যসহ যথাসাধ্য প্রত্যহ পৃথকভাবে উল্লেখ ও নিবেদন করিয়া ঐ অনিবেদিত অর্ঘ্য পূরণ করিয়া রাখিতে হইবে। উপবাসের তিনদিনও নিত্য অর্ঘ্য রাখিতে হইবে।

Scanned with CamScanner

স্বেচ্ছায় স্বস্ত্যয়নী-ব্রতের নিবেদিত অর্ঘ্য অন্য কাজে ব্যয় করিলে—শিশু-প্রাজাপত্য ব্রত শেষ করিয়া পঞ্চম দিনে মন্ত্র পাঠ করিয়া ব্যয়িত অর্ঘ্য পুনঃ নিবেদন করিয়া স্বস্ত্যয়নী-ব্রত আরম্ভ করিতে হইবে।

অজ্ঞাতে স্বস্ত্যয়নী-ব্রতের নিবেদিত অর্ঘ্য হারাইয়া ফেলিলে, নষ্ট বা অপহৃত হইলে—অনুতাপের সহিত খ্যাপনসহ ভিক্ষা করিয়া নষ্ট বা অপহৃত অর্থ সংগ্রহ করিবে এবং পরদিন প্রাতে হবিষ্যান্ন গ্রহণ করিয়া সারাদিন উপবাসী থাকিয়া তৎপরদিন ঐ সংগৃহীত অর্থ অর্ঘ্যমন্ত্র পাঠ করিয়া নিবেদনান্তর রাখিয়া দিতে হইবে।

স্বস্ত্যয়নী-ব্রতের অর্ঘ্য যথাবিধি যথাসময়ে প্রেরণ না করিলে—একদিন পূর্ব্বাহ্নে হবিষ্য করিয়া প্রায়শ্চিত্তানন্তর ঐ অর্ঘ্য ইষ্টস্থানে প্রেরণ করিতে হইবে। প্রায়শ্চিত্তের সময় নিত্যকরণীয় স্বস্ত্যয়নী-ব্রতের অর্ঘ্যাদি নিবেদন ঠিকমত চলিতে থাকিবে।

অশৌচাবস্থায় ইষ্টভৃতি-স্বস্ত্যয়নীর অর্ঘ্য অপরকোনো সৎসঙ্গী দ্বারা নিবেদন করা বিধি—অভাবে অশৌচান্তে প্রতিদিনের অর্ঘ্য একত্রিত করিয়া নিবেদন করিবে।

Scanned with CamScanner

ঋত্বিকী

প্রতিমাসে ইষ্টভৃতির সাথে নিজের দীক্ষাদাতা ঋত্বিকের পোষণ ও তুষ্টির জন্য অন্ততঃ নিজের একদিনের আহার্য্য-উপযোগী ঋত্বিকী-অবদান ইষ্টসকাশে প্রেরণ করা কর্ত্তব্য। ইহা যেন ইষ্টভৃতি অপেক্ষা বেশী না হয়।

আহ্বানী

তমসার পার অচ্ছেদ্যবর্ণ মহান্ পুরুষ
ইষ্টপ্রতীকে আবির্ভূত!
যদ্‌বিদাচরণে তদুপাসনাতেই ব্রতী হই,
জাগ্রত হও, আগমন কর,
আমরা যেন একেই অভিগমন করি,
এক উদ্দেশ্যেই বাক্-কর্ম্ম বিনিয়োগ করি,
একনিরন্তরতায় সেই তাঁকেই যেন জানিতে পারি,
শ্রদ্ধানুসৃত আপূর্য্যমাণ ইষ্টৈকপ্রাণনায়,
একই মন্ত্রে, একই মননে সমষ্টি-উৎসারণায়,
বৈশিষ্ট্যপূরণী একচেতনাভিমন্ত্রণে

Scanned with CamScanner

শিষ্ট হবিঃ ও শ্রেষ্ঠ হবনায়
সমান আকৃতি ও সম্যক্ হৃদয়ে
জীবন-বর্দ্ধনে ঋদ্ধিমান হই।
স্বস্তি! স্বস্তি!! স্বস্তি!!!

প্রার্থনা

হে পরমকারুণিক! হে সর্ব্ব! হে সর্ব্বানুস্যূত ব্যাপ্ত প্রাক্ প্রথমবাক্! সর্ব্বস্বর্গ সর্ব্বহৃদয় প্রাণনপরিমল অদ্বিতীয় ঈশ্বর! জীব জগৎরূপে প্রতিভাত! রক্ত-মাংস-সঙ্কুল উদ্ভাসিত— তুমিই তোমার তজ্জাত সন্তান! এই আমিও তোমার তুমিরই উৎক্ষেপ, এই ভারাক্রান্ত হৃদয়ের যা'-কিছু মলিনতা উৎসারিত অমৃত আশিসে জরা-মরণ-দুঃখ-দুরিত-বিপত্তি যা'-কিছু অপসারিত করিয়া তোমাতে উদ্ভাসিত করিয়া তোল! এই আমি আমার আব্রহ্মস্তম্ব পর্য্যন্ত তোমাকে স্মরণ করিয়া অমৃত আচমনে পবিত্র হইলাম! আমি পবিত্র। আমি পবিত্র। আমি পবিত্র।

Scanned with CamScanner

প্রণাম

যিনি সব যাহা কিছুতে বৃদ্ধিপ্রাপ্ত হইয়া দেদীপ্যমান, সেই ব্রহ্মকে নমস্কার করি! আর সেই ব্রাহ্মণ যিনি তাঁহাকে জানিয়াছেন, তাঁহাকে আমার অশেষ নমস্কার। যে আচরণে তাঁহাকে জানা যায়, সেই আচারকে যিনি আচরণ দ্বারা জানাইয়া থাকেন—সেই আচার্য্যকে প্রণিপাত করিতেছি। যাঁহারা দ্রষ্টাপুরুষ, সেই ঋষিদিগকে নমস্কার করি। যিনি মানুষের জীবন ও বৃদ্ধিকে সেবা ও সাহচর্য্যে উদ্দীপ্ত করিয়া প্রত্যেক হৃদয়ে দীপ্তিমান—সেই দেবতাকে নমস্কার করিতেছি। যাহা জানা গিয়াছে এবম্প্রকার জ্ঞানকে আমি আমার সর্ব্বশরীর ও ইন্দ্রিয় দ্বারা প্রণিপাত করিতেছি। আমি পরমকারুণিকপ্রসূত সর্ব্বপ্রাণপোষণপ্রদ বায়ুকে প্রণাম করি। মৃত্যু—যিনি জীবের জীবন ও বৃদ্ধির অপলাপ করিয়া স্থায়িত্বকে নিঃশেষ করিয়া দেন—আমি তাঁহাকেও নমস্কার করিতেছি, যেন তাঁহা হইতেও অমৃত বহন করিতে পারি। যিনি সর্ব্ব ও প্রত্যেকের ভিতর বিশেষভাবে পরিব্যাপ্ত সেই বিষ্ণুকে আমি অশেষ

Scanned with CamScanner

প্রণিপাতে প্রণাম করিতেছি। আর যাহা কিছু সবের প্রতীক, আব্রহ্মসর্ব্বদেবময়, আমারই উদ্ধাতা, আমার সদ্‌গুরুকে প্রলীন প্রণিপাতে বার বার প্রণাম করি।

যাহা কিছু জাত হইয়াছে—তৎসমুদয়ের জ্ঞানের কারণ যিনি, তাঁহার নিমিত্ত তদৈশ্বর্য্যে স্নাত হইতেছি। তিনি আমাদের অরাতিবুদ্ধিকে দহন করুন! সেই অগ্নি—সর্ব্বপ্রকার দুরিত ও দুর্গতি হইতে নৌকা যেমন সিন্ধু পার করে, তেমনই করিয়া আমাদিগকে উত্তীর্ণ করুন।

উর্দ্ধগতিশীল, অস্তি ও প্রগতিপন্ন, দেদীপ্যায়িত, বৃদ্ধি-পরম, কৃষ্ণপিঙ্গল, বিরূপাক্ষ, বিশ্বপ্রতীক হে পুরুষ! আমি তোমাকে নমস্কার করি!

পুরুষোত্তম-বন্দনা

বন্দে পুরুষোত্তমম্।
ত্বাং হীষ্টং হৃদয়োৎসবং শ্রীবিগ্রহম্
বৈশিষ্ট্যপূরকং সমষ্ট্যুৎসারকম্
একাচারিণম্!

Scanned with CamScanner

সৃজনোৎসং ত্বামীশ্বরং প্রকটপরায়ণম্
নিখিল-জগজ্জীবজীবনবীচিস্পন্দিতম্
ব্যক্তাব্যক্তস্বরূপকম্ পরমদৈবতম্
নরং নারায়ণম্!
মৎস্য-কূর্ম্ম-কোল-নৃসিংহ-বামন-শরীরম্
রাম-কৃষ্ণ-বুদ্ধ-যীশু-মোহম্মদ-রূপায়িতম্
চৈতন্য-রামকৃষ্ণানুকূলং পূর্ব্বতনীপূরণম্
শাশ্বতাং বর্ত্তমানম্!
ব্যক্তি-দম্পতি-গৃহ-সমাজ-রাষ্ট্রোদ্ধারণে
যজন-যাজনেষ্টভৃতি-স্বস্ত্যয়নী-প্রবর্ত্তকম্
প্রাচ্যপ্রতীচ্য-নিয়ন্ত্রণে বর্ণাশ্রমানুশাসকম্
আর্য্য-চিরায়ণম্!
আর্য্যকৃষ্টিতূর্য্যধ্বনিত-পল্লীনিকেতনম্
আর্য্যভূমিধূলিপাবনচিদানন্দকম্
সকলশিল্পবিজ্ঞানযুতং পূর্ণং পুরাণং
পরাৎপরকম্!
ধর্ম্মগ্লানিত্রস্ত-ভুবনে বৃত্তিঘূর্ণনে
সকলবাদব্যামোহর সদ্ধর্ম্মস্থাপকম্।

Scanned with CamScanner

আপূরয়ন্তমিষ্টমেকমদ্বিতীয়কম্
যুগাদর্শমনুত্তমম্!
প্রেমোচ্ছলনরবপুর্ধৃতং মন্মথমন্মথম্
নবীনার্য্যতীর্থঙ্করং বিচিত্রলীলকম্
বিশ্বমিলনহবন-নবীনবেদদায়িনম্
বিনায়কভাস্করম্!
রণতাণ্ডবদ্রোহক্ষুব্ধে ক্লিষ্টে বিশ্লিষ্টে লোকে
অভ্যুত্থিত-ম্লেচ্ছাচারাপূরিত-দিঙ্মণ্ডলে
জীবনবৃদ্ধ্যসিকলকং মিত্রামিত্রবল্লভম্
কল্পিরূপমুদগ্রম্!
নমামি বিপ্লাবিনং প্রিয়ং পরমং কমমপি করালম্।
পুরুষোত্তমম্! পুরুষোত্তমম্! বন্দে পুরুষোত্তমম্!

পুরুষোত্তম-প্রণাম

বন্দে লোকতিলকং সাত্বতবার্ত্তা-বিভূষণং
অমরকৃত্যুৎসারণং প্রবুদ্ধং লোকজীবনং
প্রণয়-প্রমত্ত-যাগদীপনং বন্দে জীবন-জীবনং
সৎপুরুষম্।

Scanned with CamScanner

দণ্ড প্রণাম-মন্ত্র

প্রত্যহ দণ্ড ব্যবহারের পূর্ব্বে শ্রীশ্রীঠাকুরকে স্মরণপূর্ব্বক দণ্ড মস্তকে স্পর্শ করিয়া নিম্নোক্ত মন্ত্র পাঠ করিবে— ধর্ম্মানুশাসন-পালকং শ্রীপুরুষোত্তম-প্রসাদম্
শান্তি-স্বস্তি-শুভদায়কং জীবনবৃদ্ধিদং
প্রণমামি দণ্ডম্।।

আচার্য্য প্রণাম-মন্ত্র

ব্রহ্মমার্গ প্রদর্শকং প্রেমভক্তি বিনায়কম্
শান্তি-স্বস্তি বিধায়কম্ আচার্য্যং প্রবরং নৌমি।।

পঞ্চবর্হি

১। একমেবাদ্বিতীয়ং শরণম্।
২। পূর্ব্বেষামাপূরয়িতারঃ প্রবুদ্ধা ঋষয়ঃ শরণম্।
৩। তদ্বর্ত্মানুবর্ত্তিনঃ পিতরঃ শরণম্।
৪। সত্তানুগুণা বর্ণাশ্রমাঃ শরণম্।
৫। পূর্ব্বাপূরকো বর্ত্তমানঃ পুরুষোত্তমঃ শরণম্।
এতদেবার্য্যায়ণম্, এষ এব সদ্ধর্ম্মঃ,
এতদেব শাশ্বতং শরণ্যম্।

Scanned with CamScanner

১। এক—অদ্বিতীয়ের শরণ লইতেছি। ২। পূর্ব্বপূরণকারী প্রবুদ্ধ ঋষিগণের শরণ লইতেছি। ৩। তাঁহাদের পথ অনুসরণকারী পিতৃপুরুষগণের শরণ লইতেছি। ৪। অস্তিত্বের গুণপরিপোষক বর্ণাশ্রমের শরণ লইতেছি। ৫। পূর্ব্ব-পূরণকারী বর্ত্তমান পুরুষোত্তমের শরণ লইতেছি। ইহাই আর্য্যপথ—ইহাই সদ্ধর্ম্ম, আর ইহাই চিরন্তন শরণযোগ্য।

সপ্তার্চ্চি

১। নোপাস্যমন্যদ্ ব্রহ্মণো ব্রহ্মৈকমেবাদ্বিতীয়ম্।
২। তথাগতাস্তদ্বার্ত্তিকা অভেদাঃ।
৩। তথাগতাগ্র্যো হি বর্ত্তমানঃ পুরুষোত্তমঃ
পূর্ব্বেষামাপূরয়িতা বিশিষ্ট-বিশেষবিগ্রহঃ।
৪। তদনুকূলশাসনং হ্যনুসর্ত্তব্যন্নেতরৎ।
৫। শিষ্টাপ্তবেদপিতৃপরলোকদেবাঃ শ্রদ্ধেয়া নাপোহ্যাঃ।
৬। সদাচারা বর্ণাশ্রমানুগজীবনবর্দ্ধনা নিত্যং পালনীয়াঃ।
৭। বিহিতসবর্ণানুলোমাচারাঃ পরমোৎকর্ষহেতবঃ,
স্বভাবপরিধ্বংসিনস্তু প্রতিলোমাচারাঃ।

Scanned with CamScanner

১। ব্রহ্ম ভিন্ন আর কেহ উপাস্য নহে, ব্রহ্ম এক—অদ্বিতীয়। ২। তথাগতগণ—তাঁহার বার্ত্তা-বহনকারী— অভিন্ন। ৩। তথাগতগণের অগ্রণী বর্ত্তমান পুরুষোত্তম্, পূর্ব্ব-পূর্ব্বগণের আপূরণকারী বিশেষ বিশিষ্ট নরবিগ্রহ। ৪। তাঁহার অনুকূলশাসনই অনুসরণীয়—সেই ভিন্ন অন্য কিছু নহে। ৫। শিষ্ট তত্ত্ববিৎ পিতৃপুরুষ ও পরলোকবাসী দেবগণ শ্রদ্ধেয়—অবহেলার যোগ্য নহে। ৬। বর্ণাশ্রম-অনুগামী সদাচার জীবনবর্দ্ধনীয়—নিত্যপালনীয়। ৭। বিহিত সবর্ণ ও অনুলোমক্রমিক আচারসমূহ পরম উৎকর্ষের কারণ—এবং প্রতিলোম-আচার স্বভাব-ধ্বংসকারী।

হবিষ্যান্ন ব্রত

হবিষ্যের দিন সংযত ভাবে ইষ্টমন্ত্র জপ পরায়ণ হইয়া থাকা, ত্রিসন্ধ্যা স্নান করা, বৃথা বাক্যালাপ বর্জন এবং মধ্যাহ্নে হবিষ্যান্ন গ্রহণ করাই বিধি।

হবিষ্যান্নে আতপ চাল, সৈন্ধব লবণ, মুগ বা মটর ডাল সিদ্ধ, তিল বাঁটা, কাঁচাকলা সিদ্ধ, পাকাকলা, ঘৃত, আম,

Scanned with CamScanner

দুধ, যব, হরীতকী ও আমলকী গ্রহণ করা যায়।

দিনে একবার পরিমিত ভাবে বিধিমত হবিষ্যান্ন গ্রহণ করিতে হইবে এবং তাহা ছাড়া নেহাৎ তৃষ্ণাবোধ করিলে অপরাগপক্ষে জল গ্রহণ করিতে পারা যায়।

শিশু প্রাজাপত্য-ব্রত

প্রথম দিন পূর্ব্বাহ্নে হবিষ্যান্ন, দ্বিতীয় দিন অপরাহ্নে হবিষ্যান্ন, তৃতীয় দিন অযাচিত হবিষ্যান্ন এবং চতুর্থ দিন নিরম্বু উপবাস থাকিয়া পঞ্চম দিন প্রাতে যথাসাধ্য ইষ্টপ্রণামী নিবেদন করতঃ ব্রত উদ্‌যাপন করিতে হইবে।

প্রাজাপত্য-ব্রত

শিশু প্রাজাপত্যের নিয়মে পর পর বারো দিন অথবা প্রথম ৩ দিন পূর্ব্বাহ্নে হবিষ্যান্ন, দ্বিতীয় ৩ দিন অপরাহ্নে হবিষ্যান্ন, তৃতীয় ৩ দিন অযাচিত হবিষ্যান্ন, চতুর্থ ৩ দিন নিরম্বু উপবাস থাকিয়া ত্রয়োদশ দিন প্রাতে যথাসাধ্য ইষ্টপ্রণামী নিবেদন করিয়া ব্রত উদ্‌যাপন করিতে হইবে।

ব্রতকালে নিতান্ত অশক্ত হইলে জল, ফলমূলাদিও গ্রহণ করা যাইতে পারে। সংযমী ও ইষ্টনিষ্ঠ থাকিয়া

Scanned with CamScanner

ত্রিসন্ধ্যা স্নান, ভূমিতে কম্বলে শয়ন, নগ্নপদে ভ্রমণ, ক্ষৌরকর্ম্ম না করা এবং মাতা ভিন্ন অপর স্ত্রীলোক ও পতিতের সঙ্গে বাক্যালাপ না করাই বিধি।

কৃচ্ছ্র-সান্তপন বা মহাসান্তপন-ব্রত

জাতিভ্রংশকর কর্ম্ম করিলে ইষ্টসকাশে উপস্থিত হইয়া সপ্তদিবসব্যাপী ব্রত পালন করিয়া আত্মশুদ্ধি করিতে হইবে।

খ্যাপন অর্থাৎ "আমি পাপের জন্য অনুতপ্ত হইয়া মহাসান্তপন ব্রত করিতেছি"—অনুতপ্ত হৃদয়ে পাপের ব্যাপারগুলিকে স্ত্রী এবং জিজ্ঞাসাকারী শ্রদ্ধান্বিত যাহারা, তাহাদের নিকট বলা, শ্রদ্ধা ও অর্থবোধের সহিত নামজপ অথবা সাবিত্রীজপ ও অঘমর্ষণ-মন্ত্র জপ ও আবৃত্তি করা, ত্রিসন্ধ্যা স্নান, কম্বল পাতিয়া শয়ন, নগ্নপদে ভ্রমণ, ক্ষৌরকার্য্য না করা এবং নারী, শূদ্র ও পতিতের (অর্থাৎ ইষ্টনিষ্ঠাহীন ম্লেচ্ছের) সহিত বাক্যালাপ না করা—এই নিয়ম পালন করতঃ শ্রদ্ধাময় সত্যকাম হইয়া অপ্রয়োজনীয় বিক্ষেপী বাক্যালাপ সম্পূর্ণ বর্জ্জন করিবে।

Scanned with CamScanner

(১) প্রথমদিন ভোরে একবার এবং পরে বারে-বারে কয়েকবার ক্ষুধাতৃষ্ণার প্রয়োজন মাফিক গো-মূত্র পান করিয়া সারাদিন উপবাসী থাকিতে হইবে।

(২) দ্বিতীয় দিন অল্প-অল্প করিয়া কয়েকবার ক্ষুধা-তৃষ্ণার প্রয়োজন-মাফিক টাটকা গোময় সেবন করিয়া উপবাসী থাকিতে হইবে।

(৩) তৃতীয় দিন গো-দুগ্ধের সহিত সমপরিমাণে জল মিশ্রিত করিয়া এক বলকা হইলে অল্প গরম থাকিতে ক্ষুধা-তৃষ্ণার প্রয়োজন মাফিক বারে-বারে একছটাক আন্দাজ প্রতিবারে পান করিতে হইবে।

(৪) চতুর্থ দিন উত্তম দধি বারে-বারে ক্ষুধা-তৃষ্ণার প্রয়োজন-মাফিক এক ছটাক আন্দাজ প্রতিবারে সেবন করিতে হইবে।

(৫) পঞ্চম দিনে গো-ঘৃত বারে-বারে ক্ষুধা-তৃষ্ণার প্রয়োজন-মাফিক ঈষৎ উষ্ণ করিয়া চা-চামচের এক চামচ আন্দাজ পান করিতে হইবে।

(৬) ষষ্ঠ দিনে সদ্য কুশ পূর্ব্বদিন রাত্রে ভিজাইয়া রাখিয়া বারে বারে ক্ষুধা-তৃষ্ণার প্রয়োজন-মাফিক

Scanned with CamScanner

প্রতিবারে এক ছটাক আন্দাজ পান করিতে হইবে।

(৭) সপ্তম দিনে উপবাসী থাকিতে হয়—অশক্ত পক্ষে বিশেষ প্রয়োজন হইলে প্রত্যেক দিনই শুধু জল অল্প করিয়া পান করা যাইতে পারে।

ব্রত শেষে যথাবিধি গুরু-প্রণামী দিয়া ব্রাহ্মণকে ভোজ্য প্রদান করতঃ ব্রত উদ্‌যাপন করিতে হয়।

মনের প্রসাদ ও সন্তোষই ব্রতের কৃতকার্য্যতার প্রধান লক্ষণ। উহা না হইলে যাবৎ প্রসাদ ও সন্তোষ না হয়, তাবৎ ব্রতের পুনরনুষ্ঠান করিবে।

অষ্টম দিনে প্রাতঃকৃত্য ও সন্ধ্যা-বন্দনাদি সারিয়া গুরুপ্রণামী দিয়া এবং ব্রাহ্মণকে ভোজ্য প্রদান করতঃ প্রাতে কাঁচা মুগ ভিজান, একটু মাখন ও ইক্ষু-গুড় উত্তম-রূপে চিবাইয়া খাইয়া ফেলিতে হইবে এবং তাহার ঘণ্টা দুই-তিন পরে পাতলা মিশ্রীর সরবৎ খাইয়া কিছুকাল পরে মধ্যাহ্নে খুব অল্প পরিমাণে যাহাতে পেটের কোনরূপ উপদ্রব সৃষ্টি না করে, এমনতর সহজপাচ্য আহার্য্য গ্রহণ করিতে হইবে। রাত্রে বা বৈকালে সহজে পরিপাক হয় এমনতর কিছু—যেমন দুধ-সাগু আহার করাই শ্রেয়।

Scanned with CamScanner

পরদিনও সহজপাচ্য ও পুষ্টিকর আহার্য্য অল্প পরিমাণে যথাসময়ে গ্রহণ করাই উচিত। এইরূপে ক্রমশঃ স্বাভাবিক আহার্য্য গ্রহণের উপযোগী হইতে হইবে।

আহ্বান ধ্বনি—শ্রীশ্রীঠাকুর-কথিত

বন্দে পুরুষোত্তমম্।

১। আর্য্যস্থান পিতৃস্থান
উচ্চ সবার পূর্য্যমান।
২। অমর রহুক আর্য্যবাদ
জাগুক উঠুক আর্য্যজাত।
৩। আর্য্যকৃষ্টির যা' ব্যাঘাত
খড়্গে তোরা কর্ নিপাত।
৪। বাঁচাবাড়ার উল্টো চলে
ম্লেচ্ছ জানিস্ তাদের বলে।
৫। এক আদেশে চলে যারা
তাদের নিয়েই সমাজ গড়া।
৬। ইষ্ট নাই নেতা যেই
যমের দালাল কিন্তু সেই।

Scanned with CamScanner

৭। সৎ ও শ্রেষ্ঠ আশ্রয় যার
উন্নতি হয় অবাধ তার।
৮। শঙ্খচক্রী আজও নারায়ণ
ধর্ম্ম স্থাপনে জনম লন।
৯। সিদ্ধ নয় মন্ত্র দেয়
মরে-মারে করেই ক্ষয়।
১০। অন্যে বাঁচায় নিজে থাকে
ধর্ম্ম ব'লে জানিস্ তাকে।
১১। ধর্ম্মে সবাই বাঁচে-বাড়ে
সম্প্রদায়টা ধর্ম্ম নারে।
১২। পূর্ব্বতনে মানে না যারা
জানিস্ নিছক ম্লেচ্ছ তারা।
১৩। দশবিধ সংস্কার
মনে রাখিস্ নিষ্ঠাসার।
১৪। যজন যাজন ইষ্টভৃতি
করলে কাটে মহাভীতি।
১৫। স্বস্ত্যয়নী মুক্তি আনে
রাষ্ট্রসহ প্রতি জনে।

Scanned with CamScanner

১৬। কর্ম্ম নাই চিন্তা সৎ
পাথর পেছল নরক পথ।
১৭। সদাচারে বাঁচে-বাড়ে
লক্ষ্মী বাঁধা তার ঘরে।
১৮। ইষ্ট লাগি' কর্ম্ম করা
সেইতো হ'ল পুণ্যে ভরা।
১৯। মানুষ আপন টাকা পর
যত পারিস্ মানুষ ধর।
২০। মুখে জানে ব্যবহারে নাই
সেই শিক্ষার মুখে ছাই।
২১। মাতৃভক্তি অটুট যত
সেই ছেলেই হয় কৃতী তত।
২২। মেয়ে বরে বরণ করে
সেই বিয়েতেই সমাজ বাড়ে।
২৩। প্রতিলোমে কু-এর জনম
রাষ্ট্র-সমাজ জাতির যম।
২৪। স্বামীর প্রতি টান যেমনি
ছেলেও জীবন পায় তেমনি।

Scanned with CamScanner

২৫। অভ্যাস-ব্যবহার যেমনতর
সন্তানও পাবি তেমনতর।
২৬। সদাচারে রত নয়
পদে-পদে তার ভয়।
২৭। মাছ-মাংস খাস্‌নে আর
পিয়াজ-রসুন মাদক ছাড়।
২৮। সবার পূরণ করেন যিনি
তাঁরই মুখে বিধির বাণী।

শ্রীশ্রীঠাকুরের কতিপয় ছড়া

"শ্রেষ্ঠজনে ক'রলে প্রণাম নিয়ত মাথা ঠেকিয়ে পায়,
নিজের ভাল হ'লেও কিন্তু তাঁর আয়ুটি ক্ষয়েই যায়।"
"শরীরটা তোর লম্বা যত ততখানি ভুঁই বাদ,
ক'রলে প্রণাম পাবি প্রাণে আনন্দ-প্রসাদ।"
"পিতা স্বর্গ, পিতা ধর্ম্ম, পিতাই তপের নন্দনা,
পিতৃপ্রীতি চারিয়ে আনে সব দেবতার বন্দনা।"
"মাতাপিতা শ্রেষ্ঠজনে শ্রদ্ধা-ভক্তি যাই রাখ না,
ইষ্টানুগ না হ'লে তা' আসবে নাকো সংবর্দ্ধনা।"

Scanned with CamScanner

"প্রার্থনাতে কইলি কত করলি নাকো কাজে
ফুটলো ওটা কল্পনাতে ফলটি পেলি বাজে।"
"ইষ্টপদে টান না হ'লে জপ করিস্ বা কী?
জনম-ভোর করলেও জপ লাভ হবে ফাঁকি।"
"ঈশ্বরেরই ডাক এসেছে, তাঁর কাজে তোর সঙ্গতি
যোগান দিয়ে ধন্য হ' তুই, হো'ক দলিত দুর্গতি।"
"ইষ্টগুরু পুরুষোত্তম প্রতীক গুরু-বংশধর,
রেত-শরীরে সুপ্ত থেকে জ্যান্ত তিনি নিরন্তর।"
"ইষ্টভৃতি ইষ্টকেই দিস্ করিস্ না তায় বঞ্চনা,
অন্যকে তা' দিলেই জানিস্ আসবে বিপাক গঞ্জনা।"
"সব দিতে তুই করলি গুরু পেতে পরিত্রাণ,
দেওয়ার বেলায় নবঘণ্টা নিতেই লেলিহান।"

কতিপয় গান

"আর্য্য ভারতবর্ষ আমার জ্ঞান-গরিমা-গরবিনী!
দ্যুতি প্রেক্ষা স্ফুরক প্রজ্ঞা দ্যুলোক দীপক মালিনী।
রক্ত তপন ক্ষিপ্ত আলোক রশ্মি পুলক ঝলক-ঝলক
দীপ্ত রিক্ত পাবক অনঘ মৃত্যু-বিজয়দায়িনী।

Scanned with CamScanner

নভোমণ্ডলে সাম-গীতিকা নাচে দোদুলে তারা বালিকা
থির চঞ্চল কত ছলিকা অমর ছন্দে প্রণব লিখা
ঋষি মানস ঋক্ প্রতীকা প্রজ্ঞা পূরক জ্যোতিষ শিখা
দুরিত দাপট বিনায়িনী।
হোমের অনল নাচে ছল-ছল বহে সরস্বতী সিন্ধু প্রবল
দৃষদ্বতী দিল অর্ঘ্য আঁচল স্ফুরিত ইন্দু স্মিত ঢল-ঢল
চলে ভাগীরথী ডাকে কল-কল সাগর-ধৌত চরণ-যুগল
তুঙ্গ ধবল কিরীটিনী।
অযুত রশ্মি দীপ্ত কেন্দ্র পুরুষোত্তম চির অতন্দ্র
জাগে আহ্বান বিপুল মন্দ্র অমর লপনা জীবন সান্দ্র
আর্য্য গরিমা গভীর মন্ত্র ছলকি' সত্তা একটি তন্ত্র
ভারত বিশ্ব ঋতায়িনী।"

—শ্রীশ্রীঠাকুর

প্রভাত যামিনী উদিত দিনমণি
ঊষারাণী হাসিমুখে চায় রে
জাগি বিহগ সব তুলি নানা কলরব
রাধা রাধা রাধাস্বামী গায় রে॥
নবীন বৃন্দাবনে তুলসী কাননে

Scanned with CamScanner

ভ্রমরী রাধাস্বামী গায় রে।
সেই সে মধুর গান বাঁশিতে তুলিয়ে তান
আপনি যে রাধাস্বামী গায় রে।।
যে-নামে নন্দের কানু সেধেছিল মোহন বেণু
সেই রাধা রাধা নাম গাও রে।।
আজি মধু জাগরণ শুন সবে নরগণ
জয় জয় রাধাস্বামী গাও রে।
মথিয়া সকল তন্ত্র রাধাস্বামী মহামন্ত্র
আদিগুরু জগতে বিলায় রে।।
রাধাস্বামী গুণগানে আনন্দ বাড়িবে প্রাণে
চরমে পরম গতি হয় রে।।
রোগ-শোক ব্যাধি-জরা দূরে পালাবে তারা
আনন্দে রাধাস্বামী গাও রে।।
জয় রাধাস্বামী জয় রাধাস্বামী
জয় জয় রাধাস্বামী গাও রে।।

(শ্রীশ্রীমা)

Scanned with CamScanner

তোমার রঙে হৃদয় আমার রাঙা,
তোমায় বিদায় দেবো কেমন ক'রে!
বিশ্বভুবন তোমার সুরে বাঁধা,—
সে' সুরে মোর চিত্ত আছে ভ'রে।।
রূপে তোমার মুগ্ধ আঁখি-তারা,
রসে তোমার আকাশ-বাতাস ভরা,
গন্ধে তোমার হিল্লোলিত ধরা,
পরশে মোর তনু থরথরে।।
তোমার লাগি দিবা নিশি জাগা,
তুমি যে মোর সকল চাওয়া-পাওয়া
তোমায় বিনা সকল চাওয়া ফাঁকা,
হৃদয় আমার কাঁদে তোমার তরে।।
তুমি আমার বেঁচে থাকার আশা
তুমি আমার সকল কাজের দিশা
দুঃখ-দৈন্য নেইকো হতাশা
প্রভু, তুমি আছো হৃদয় জুড়ে।।

—শ্রীশ্রীবড়দা

Scanned with CamScanner

প্রার্থনার সময়

দেওঘর ও পূর্ব্ব বিহার

	জানুয়ারী	ফেব্রুয়ারী	মার্চ্চ
প্রাতঃ	৬-২৬	৬-০৯	৫-৪১
সন্ধ্যা	৫-১৬	৫-৩৪	৫-৪৬
	এপ্রিল	মে	জুন
প্রাতঃ	৫-১৪	৫-০১	৫-০১
সন্ধ্যা	৫-৫৮	৬-১১	৬-২১
	জুলাই	আগস্ট	সেপ্টেম্বর
প্রাতঃ	৫-০১	৫-১৬	৫-২৮
সন্ধ্যা	৬-২১	৬-০৬	৫-৪৬
	অক্টোবর	নভেম্বর	ডিসেম্বর
প্রাতঃ	৫-৩৬	৫-৫১	৬-০৯
সন্ধ্যা	৫-১৬	৪-৫৬	৪-৫৯

Scanned with CamScanner

দেওঘরের সহিত অন্যান্য স্থানের প্রার্থনার সময়ের পার্থক্য

যোগ বা বিয়োগ চিহ্ন অনুযায়ী প্রদত্ত সময় দেওঘরের সময়ের সহিত যোগ বা বিয়োগ করিলে স্থানীয় সময় পাওয়া যাইবে।

১। পূর্ব্ব অরুণাচল	(—) ৪৪	মিঃ
২। পূর্ব্ব আসাম, মণিপুর, নাগাল্যাণ্ড	(—) ২৯	”
৩। আন্দামান	(—) ২৬	”
৪। পশ্চিম আসাম, সিলেট, পশ্চিম অরুণাচল, মিজোরাম, ত্রিপুরা চট্টগ্রাম	(—) ১৯	”
৫। বাংলাদেশ, ভুটান	(—) ১২	”
৬। পশ্চিমবঙ্গ, সিকিম	(—০৬)	”
৭। পূর্ব্ব ওড়িষা	(+) ০৩	”
৮। পশ্চিম বিহার পশ্চিম ওড়িষা	(+) ০৭	”

Scanned with CamScanner

৯। উত্তরপ্রদেশ পূর্ব্ব মধ্যপ্রদেশ পূর্ব্ব অন্ধ্রপ্রদেশ পূর্ব্ব	(+) ১৯	”
১০। অন্ধ্রপ্রদেশ পশ্চিম উত্তরপ্রদেশ পশ্চিম মধ্যপ্রদেশ (মধ্য)	(+) ৩০	”
১১। তামিলনাড়ু, হিমাচলপ্রদেশ	(+) ৩৪	”
১২। পূর্ব্ব মহারাষ্ট্র	(+) ৩৮	”
১৩। মধ্যপ্রদেশ পশ্চিম, দিল্লী, রাজস্থান পূর্ব্ব হরিয়ানা, চণ্ডীগড়, গোয়া, দমন দিউ, কর্ণাটক, কেরালা, জম্মু ও কাশ্মীর পূর্ব্ব।	(+) ৪১	”
১৪। পাঞ্জাব, মহারাষ্ট্র পশ্চিম	(+) ৪৬	মিঃ
১৫। জম্মু ও কাশ্মীর পশ্চিম	(+) ৫০	”
১৬। রাজস্থান পশ্চিম গুজরাট পূর্ব্ব	(+) ৫৬	”
১৭। পশ্চিম গুজরাট	(+) ১-০৭	

Scanned with CamScanner

"ঋত্বিক্, প্রতিঋত্বিক্, অধ্বর্য্যু বা যে কেহই হউক না কেন, বাক্ ও বাস্তব কর্ম্মে যাহারা ইষ্টস্বার্থ ও ইষ্টপ্রতিষ্ঠাপন্ন নয় তাহাদিগকে কোনমতেই তোমার দৈনন্দিন জীবনের উৎকর্ষ-নিয়ামক করিয়া রাখিও না বা তাহাদের ভরণপোষণ-তৎপর হইয়া তাহাদিগেতে আত্মনিয়োগশীল থাকিও না—ইহার ব্যত্যয়ে তোমার জীবন কোন্ দুর্গম রন্ধ্রে চালিত হইয়া বিধ্বস্তির চরমে নিঃশেষ হইতে পারে তাহার ঠিকানা করাও দুরূহ।

—শ্রীশ্রীঠাকুর

Scanned with CamScanner